

EXCURSIONS, GUIDED TOURS, ANIMATION, BIEL/BIENNE

FELDENKRAIS AUF DER SOMMERWIESE IM PARK ELFENAU

Genieße eine Stunde Feldenkrais im Freien unter den Bäumen

An folgenden Daten (Samstagmorgen): 15.08. / 22.08. / 29.08. / 05.09.
jeweils 10.30 - 11.30 Uhr im Park Elfenau Biel, Unterer Quai 7

Feldenkrais ist eine sanfte Methode der somatischen Bewegung, die dir hilft, eigene Bewegungsmuster bewusster wahrzunehmen und neue, leichtere Möglichkeiten zu entdecken. Durch langsame, aufmerksam geführte Bewegungen verbessert sich Koordination, Balance und Wohlbefinden – ganz ohne Anstrengung.

- Für alle Altersgruppen und jedes Level geeignet
- Bringe bitte eine Matte oder Decke mit
- Dauer 60 Minuten
- Bei schlechtem Wetter findet die Stunde im Atelier anneschmid am Albert-Anker-Weg 10 in Biel statt (5 Minuten vom Elfenau Park entfernt)

OPENING HOURS

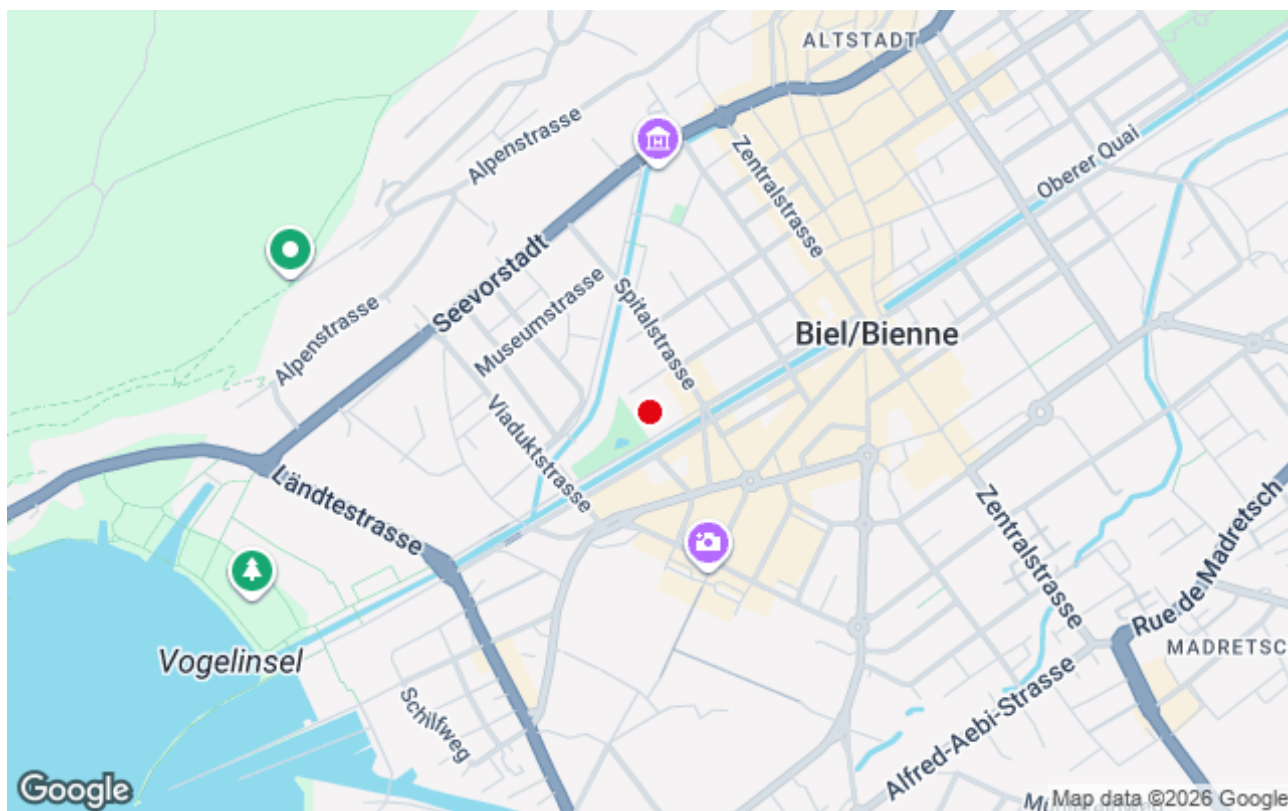
The 5 Sep 2026
Saturday

10:30 - 11:30



CONTACT

Park Elfenau Biel
Unterer Quai 7 / Quai du Bas 7
2502 Biel/Bienne



PDF généré le 04.09.2026